

110年普通餐循環菜單10-12月

	1,11,21	2,12,22	3,13,23	4,14,24	5,15,25	6,16,26,31	7,17,27	8,18,28	9,19,29	10,20,30										
早餐	香菇翡翠蒸蛋	80g	紅燒三角豆腐	100g	香菇玉米餅	80g	沙茶麵腸	90g	古早味蒸蛋	80g	醬燒豆包	80g	沙茶肉片	80g	雙絲炒蛋	100g	醬燒豆腐	100g	蔥燒雞片	90g
	雞蛋	50g	三角油豆腐	60g	豬絞肉	50g	麵腸		雞蛋		豆包片/紅片		豬肉片	40g	雞蛋	50g	板豆腐	80g	雞片/洋蔥	50g
	香菇/青豆仁	30g	紅蘿蔔	40g	香菇丁/玉米粒	30g							洋蔥/紅片	40g	紅絲/黑木耳絲	50g	洋蔥/紅K片	20g	蔥段/紅K片	40g
	西芹炒腐皮	90g	蒜味三絲	80g	韭菜豆干	80g	筍絲肉片	90g	芹香雞片	80g	青椒炒肉絲	80g	花生麵筋	70g	香菇肉末	70g	雙菇燴黃瓜	80g	素肉絲炒黃豆芽	80g
	腐皮	40g	木耳絲	30g	豆干	70g	肉片	50g	西芹/香菇片	40g	青椒	50g	麵筋	60g	香菇丁/紅K丁	40g	大黃瓜片	40g	黃豆芽	50g
	西洋芹/紅K絲	50g	金針菇/紅K絲	50g	韭菜	10g	筍絲/紅片	40g	雞片/紅K片	40g	素肉絲/香菇片	30g	花生	10g	絞肉	30g	秀菇/香菇片	40g	素肉絲	30g
	蒜炒長豆	100g	炒青江菜	100g	紅絲高麗菜	100g	韭菜炒綠豆芽	100g	炒小芥菜	100g	蒜炒青江菜	100g	青花菜	100g	蒜炒高麗菜	100g	蒜香長豆	100g	滷蘿蔔紅白片	100g
午餐	蔥油雞腿	一隻	香酥魚排	一片	紅燒雞排	90g	洋蔥豬排	一片	香菇燒肉	90g	咖哩雞腿	一隻	蒜味腱子肉	90g	沙茶烤雞腿	一隻	香酥魚	一隻	香菇雞丁	90g
	雞腿/蔥油		魚排		雞排		洋蔥/豬排		肉丁/香菇/白K丁		(咖哩粉醃肉)		腱子肉/蒜泥		西芹燒肉	90g	拌雙絲	90g	海根肉絲	100g
	雙筍燒肉片	100g	青椒豆干片	90g	洋蔥肉片	100g	紅絲炒蛋	100g	什錦豆腐	90g	冬瓜燒肉	110g	黃瓜雞片	100g	豬肉片	40g	干絲	40g	海帶根	50g
	豬肉片	60g	豆干片	50g	豬肉片	50g	雞蛋	50g	板豆腐	50g	冬瓜	60g	雞片	30g	西洋芹片	30g	肉絲	30g	肉絲	30g
	紅白蘿蔔片	30g	青椒/絞肉/蒜頭/蔥	40g	(紅k)/洋蔥	50g	紅蘿蔔絲	50g	三色豆	40g	肉片	50g	大黃瓜片/紅片	70g	紅片	20g	芹菜段/紅絲	20g		
	炒小白菜	80g	薑絲油菜	80g	炒青江菜	80g	薑絲油菜	80g	蒜香青花菜	80g	炒高麗菜	80g	炒芥蘭	80g	蒜炒青江菜	80g	炒白菜	80g	蒜炒芥蘭菜	80g
	韭菜甜不辣	60g	麥克雞塊	1個	馬蹄條	1個	西芹炒腐皮	60g	雞捲	1個	蝦捲	1個	木耳炒素雞	60g	螞蟻上樹	60g	花枝丸	1個	木耳金針菇	60g
晚餐	照燒豬	一片	豆鼓雞丁	100g	蔥爆豬柳	100g	烤雞腿	一隻	滷豬大排	一片	破布子蒸魚	一片	紅燒雞丁	120g	薑燒豬排	1片	醬燒雞排	一片	蔥燒肉排	80g
	豬排/洋蔥絲	一片	雞丁/青蔥/豆鼓		豬肉柳/蔥段		雞腿		豬排		魚片/破布子		雞丁/薑片		豬排/薑片		雞排/洋蔥絲		豬排/蔥段	
	回鍋雞片	90g	三色肉末	80g	咖哩烤麩	90g	雙菇肉片	90g	家鄉小炒	90g	木須炒蛋	90g	醬香豆腐	90g	秀珍菇雞片	100g	百頁燉肉	100g	什錦燒雞	100g
	高麗菜	40g	三色蔬菜	40g	烤麩	50g	雙菇肉片	40g	豆干	30g	雞蛋	50g	豆腐	70g	雞柳	30g	豬肉片	30g	雞片	30g
	雞肉片(薄粉)	30g	豬絞肉	40g	紅蘿蔔丁	35g	肉片	30g	肉絲	20g	黑木耳絲	20g	青豆	10g	木耳	50g	百頁豆腐	30g	台芹	40g
	紅K片	20g			咖哩粉	5g	彩椒片	20g	芹菜/蔥段/蒜頭	40g	紅蘿蔔絲	20g			蔥段/薑	20g	紅蘿蔔	40g	筍絲/魚板絲	30g
	炒小芥菜	80g	木須白菜	80g	蒜香長豆	80g	蒜香小白菜	80g	炒芥藍	80g	炒小白菜	80g	蒜炒油菜	80g	炒青花菜	80g	炒小芥菜	80g	炒高麗菜	80g
	螞蟻上樹	60g	滷海結	60g	菜圃蛋	60g	塔香海茸	60g	拌黃豆芽	60g	滷烤麩	60g	玉筍絲	60g	滷豆干片	60g	薑絲冬瓜	60g	滷蛋	半顆

※本院使用皆使用國產豬肉，敬請安心使用。